その他

国道32号事前通行止め

国道32号の次の区間は大雨の場合、落石や土砂崩れの恐れがあるため、全面通行止めとなることがあります。なお、国土交通省が指定する迂回路はありません。

【区間】①徳島県山城町西宇～大豊町高須（26・3km）②大豊町小川～大豊町角茂谷（6・2km）

【基準】連続雨量が250mmに達したとき

【問い合わせ先】
南国国道維持出張所
☎088・862・1451

介護保険施設へ入所している方へ

介護保険施設へ入所、またはショートステイ（短期入所）を利用されている方で、市民税非課税世帯の方は、申請により食事代・居住費が軽減されます。所得に応じた負担限度額を自己負担し、残りの基準費用額との差額分は介護保険から給付されます。また、有効期限が平成24年6月末の認定証を所持し、手続きを終えていない方は更新の手続きをお願いします。

【対象施設】特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護療養型医療施設
※ケアハウス、グループホームは含みません。

【手続きに必要なもの】
介護保険被保険者証・印鑑

【問い合わせ先】
健康介護支援課（1階）
☎52・9280

水道メーターの取り替えにご協力を！

水道メーター（量水器）は、計量法により有効期限が8年間と定められています。本年度に期限を迎えるメーターを、市の指定給水装置工事事業者が**無料**で取り替えを実施します。対象となる方には、事前にお知らせを配布しますので、ご協力をお願いします。

【実施予定期間】
7月中旬～12月中旬

【問い合わせ先】
上下水道課☎53・1086

香北B&G海洋センター利用について

【場所】香北青少年の家東側（香北町吉野）

【利用期間】
7月1日(日)～8月31日(金)

【利用時間】13時～17時・18時～21時

【休館日】月曜日
※水温24℃以下・台風等の場合は、閉館または時間を変更する場合があります。

区分		料金
個人	大人	310円
	小中学生	150円
	幼児	100円
団体(20人以上)		2割引

【注意事項】
・閉館30分前に受付終了。
・水泳帽がない場合プールの使用はできません。
・コインロッカー使用の際は、10円玉が必要です。利用後に返金されます。

【問い合わせ先】
教育委員会香北分室
☎52・9287

みんなで集まっています 介護予防活動

このコーナーでは、介護予防活動のひとつとして、市内の各地区で行われている“集い”をご紹介しています。

その⑫ 山田島体操クラブ

毎週休まず続けています。情報交換の場にもなり、お互いに友達と会えるのを楽しみに集っています。

日時 毎週金曜日
場所 山田島公民館（土佐山田町）
内容 香美はつらつ体操、茶話会

その⑬ 船谷はつらつ会

とにかく開催を楽しみにしています。99歳の方が皆を引っ張っています。『すっとん節』で盛り上がっています。

日時 毎週木曜日
場所 船谷公民館（土佐山田町）
内容 香美はつらつ体操、歌、手遊び

今まで健康介護支援課の取材を受けたことのない“集い”をされている方は、ぜひご一報ください。
【問い合わせ先】健康介護支援課 保健支援班 ☎52－9282

日本脳炎に気をつけよう！

蚊に刺されないように注意しましょう

蚊の多い季節がやってきました。**コガタアカイエカ**（以下、蚊）に刺されると日本脳炎に感染することがあります。

感染予防
蚊は日没後に活動が活発になります。このような時間帯に屋外に出るときは、蚊に刺されないように、肌の出ない服を着るようにしましょう。
屋内では網戸や蚊取り線香などを利用しましょう。
また、感染に対する抵抗力を落とさないために、十分に栄養、睡眠をとり体調管理をしましょう。

日本脳炎ウイルスについて
日本脳炎ウイルスは豚の体内で増殖し、蚊を媒介して人に感染します。人から人への感染はありません。例年、日本脳炎ウイルスを保有する豚が西日本地域で確認されています。豚の多い場所や、蚊が発生する水田・沼地の周囲は特に注意が必要です。

予防接種の機会を逃した方の接種期間が延長されています

予防接種の差し控えにより定期予防接種を受けていない方（平成７年６月１日～平成１９年４月１日生まれ）は、特例措置により２０歳未満まで定期予防接種ができるようになりました。接種のご案内は順次行っていますが、１期（合計３回）の接種が済んでいる方で、９歳以上の方は２期の接種を受けることができます。
接種を希望する方で予診票（１期・２期）がお手元にない方はお問い合わせください。

		回数	特例措置による接種年齢と回数
１期	初回接種	２回	２０歳未満 １期の不足分 （１～３回の接種）
	追加接種	１回	
２期		１回	９歳以上２０歳未満 １回接種

【 問い合わせ先 】
健康介護支援課 保健推進班 ☎52－9281

暑い日が多くなり、夏も本番…熱中症になりやすくなっています。家の中で過ごしていても熱中症になることがあります。正しい知識で熱中症を予防しましょう。特に子どもや、高齢の方は熱中症になりやすいので、まわりの方も注意をしてあげてください。

熱中症を防ぐには

１．暑さを避けましょう
日陰を歩いたり、帽子や日傘を利用しましょう。

２．服装を工夫しましょう
汗を吸って服の表面から蒸発させることができるものが理想です。えり元が詰まっていると汗が出て行きにくいので、緩めがお勧めです。

３．こまめに水分補給をしましょう
軽い脱水状態では、のどの渇きを感じません。室内でも、こまめに水分補給を心がけましょう。アルコールは尿の量を増やし、体内の水分を排せつしてしまうため、汗で失われた水分をビールなどで補給しようとする考え方は誤りです。一旦吸収した水分も、それ以上の水分がその後に尿で失われてしまいます。

４．急に暑くなる日に注意しましょう
急に暑い環境で活動すると、熱中症になりやすくなります。暑さに徐々に慣れるように工夫しましょう。気温・湿度ともに高い日は、特に熱中症になりやすいので注意が必要です。

５．体調を整えましょう
体調の悪いときは熱中症になりやすいので、普段から暑さに負けない体づくりを心がけましょう。

【 問い合わせ先 】
健康介護支援課 保健支援班 ☎52－9282

今夏、四国電力管内では電力不足が懸念されています。無理のない範囲で節電をお願い　します。節電に関する情報は Web 四国経済産業省 検索 http://www.shikoku.meti.go.jp/